

обучения. В любое удобное время студенты могут сдать тестирование и определить уровень своих знаний по дисциплине.

Особую роль в подготовке будущих провизоров играет модульно-рейтинговая система оценки знаний. Она обеспечивает систематическую, качественную подготовку к занятиям, заставляет студентов находить эффективные способы усвоения изучаемого материала.

Выводы. Использование современных методов и форм контроля качества обучения в высшей школе повышает результативность образовательного процесса.

УДК 614.2

ФОРМИРОВАНИЕ КУЛЬТУРЫ ЗДОРОВЬЯ

Лузгина Н.Н., Тригорлова Л.Е.

УО «Витебский государственный медицинский университет»

Здоровье – одна из важнейших общечеловеческих и индивидуальных ценностей. Всемирная организация здравоохранения (ВОЗ) определила здоровье как состояние «полного физического, душевного и социального благополучия», а не только отсутствие болезней и физических дефектов.

По данным исследований ВОЗ, здоровье человека зависит на 25% от условий окружающей среды, 15% обуславливается биологическими факторами, 10% – уровнем медицинского обеспечения, 50% – условиями и образом жизни [1]. Как видно из приведенных данных, в общей структуре факторов, формирующих здоровье, главную роль играет образ жизни. Это подтверждают слова академика М. М. Амосова: «Неправильное поведение людей является более частой причиной их болезней, чем внешние воздействия или слабость человеческой природы. Чтобы стать здоровым, нужны собственные усилия, постоянные и значительные. Заменить их нельзя ничем» [2].

Каждый человек может овладеть искусством быть здоровым. К сожалению, научная грамотность молодежи не отвечает современным требованиям, предъявляемым к личности в вопросах здорового и безопасного образа жизни.

Преподаватели кафедры химии факультета профорientации и довузовской подготовки считают, что одним из условий повышения уровня научной грамотности слушателей в вопросах здоровья является формирование мотивации ценностного отношения к здоровью посредством содержания предмета на основе практико-ориентированных знаний.

Химия как учебная дисциплина имеет широкие возможности для формирования у слушателей культуры здорового и безопасного образа жизни, поскольку при ее изучении они приобретают навыки безопасного обращения с веществами, используемыми в повседневной жизни, оказания первой помощи, умения анализировать и планировать экологически безопасное поведение в целях сохранения здоровья.

Включение в процесс обучения химии интегрированных учебных заданий со здоровьесберегающим компонентом способствует пониманию биохимических процессов, происходящих в организме человека и во многом определяющих его здоровье, и убеждению насколько важна связь между знаниями по химии и повседневной жизнью. Приведем пример задания [3].

Ортофосфат кальция составляет минеральную основу костей и зубов. Другие соединения кальция участвуют в нервной и мышечной деятельности, входят в состав тканевой жидкости, ядер и стенок клеточной ткани живого организма. Кальций уменьшает аллергические реакции. Суточная потребность организма в кальции составляет

от 0,8 до 2 г. Источниками кальция служат молоко, кефир, творог, сыр, рыба, фасоль, петрушка, зеленый лук, а также яйца, гречка и овсянка, морковь и горох. Обеспечит ли суточную потребность организма в кальции добавление в пищу 1 г карбоната кальция при условии его полного усвоения?

Важная роль в формировании культуры здоровья принадлежит внеучебной работе со слушателями. На кафедре химии проведена конференция учебно-исследовательских работ «Шаг в науку», в рамках которой учащиеся школ города и слушатели ФПДП представили учебные исследования. Наибольший интерес у участников конференции вызвали исследовательские работы по теме «Химия и здоровье»: «Яды и лекарства в жизни человека», «Как помогает жевательная резинка?», «Энергетические напитки и последствия их употребления», «О диетах и здоровье: можно ли похудеть и остаться здоровым» и другие.

Воспитательная деятельность преподавателей, которые являются кураторами групп слушателей дневной формы обучения, направленная на развитие у них потребности в ЗОЖ и профилактику девиантного поведения, предусматривает:

1. Помощь в организации рационального режима труда и отдыха. Значительное увеличение доли самостоятельной работы в учебной деятельности, появившиеся новые заботы по самообслуживанию, самостоятельному ведению бюджета требуют от слушателей умения рационально планировать и организовывать свое учебное и свободное время. Подобными умениями большинство слушателей пока не обладают.

2. Развитие потребности в физическом самосовершенствовании, спортивно-оздоровительных занятиях (информирование слушателей о различных спортивных секциях в вузе, в соседних спортивных комплексах).

3. Формирование у слушателей неприятия вредных привычек: курения, употребления алкоголя, наркотиков. Данное направление реализуется через организацию и проведение мероприятий по профилактике и искоренению вредных привычек.

Сотрудничество с УЗ «Витебский областной клинический центр дерматовенерологии и косметологии», кафедрой онкологии университета способствует проведению профессиональной, интересной информационно-просветительной работы по пропаганде ЗОЖ. Кураторы и сотрудники центра используют традиционные и интерактивные методы профилактической работы, в числе которых можно назвать беседу «Глоток беды», круглые столы «Курение: иллюзии и реальность», «ВИЧ: мифы и реальность», диспут «Задумайтесь, нужно ли начинать...»; дебаты «Энергетики: польза или вред?».

Участие слушателей в программе «Равный обучает равного» по проблеме ВИЧ-инфекции помогает приобрести им новые знания, формировать ценностные ориентации и установки, направленные на нравственное отношение к себе и другим людям, на безопасное и ответственное поведение.

Таким образом, формирование у слушателей культуры здоровья служит основанием для серьезного осмысления ими практической значимости химических знаний в решении проблем сохранения и укрепления здоровья.

Литература:

1. Наше здоровье зависит от образа жизни – эксперты ВОЗ [Электронный ресурс] // Женский журнал «Lady Health». – 2014. – Режим доступа: [4Thttp://www.ladyhealth.com.ua](http://www.ladyhealth.com.ua)4T. – Дата доступа: 28.11.2018.

2. Амосов, Н.М. Раздумья о здоровье / Н. М. Амосов. – М. : Молодая гвардия, 1978. – 64 с.

3. Гильманшина, С.И. Пути интеграции химических и валеологических знаний / С. И. Гильманшина // Химия в школе. – 2003. – № 9. – С. 30–36.